

IRA Y ÉXITOS DEPORTIVOS EN DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS

Anger and sport successes in individual and collective sports

Higinio González-García ^{1*} , Antonia Pelegrín Muñoz ² , Alfonso Trinidad Morales ³ 


¹ Grupo de Investigación TECNODEF - Facultad de Educación - Universidad Internacional de La Rioja - UNIR, ² Departamento de Psicología de la Salud - Universidad Miguel Hernández, ³ Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Europea de Madrid

* Correspondencia: higinio.gonzalez@unir.net

Recibido: 26/07/2019; Aceptado: 28/01/2021; Publicado: 30/01/2021

OPEN ACCESS

Sección / Section:
Ciencias Sociales aplicadas al
Deporte /
Social Science applied to Sport

 Editor de Sección / Edited by:
Sebastián Feu, Universidad de
Extremadura, España

Citación / Citation:
González-García, H., Pelegrín, A. &
Trinidad, A. (2021). Ira y éxitos
deportivos en deportes individuales
y colectivos. *E-balonmano.com*,
17(1), 85-92.

Fuentes de Financiación / Funding:
-

Agradecimientos/
Acknowledgments:
-

Conflicto de intereses / Conflicts of
Interest: NO

Resumen

Los objetivos de este trabajo fueron analizar las diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos; y conocer si existen diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos en función de los éxitos internacionales. Se realizó un muestreo incidental, una medición transversal y, finalmente, la muestra estuvo formada por 366 deportistas (32.78% deportes individuales y 67.21% deportes colectivos). Para la medición de las distintas variables, se elaboró un cuestionario Sociodemográfico *ad hoc*, se utilizó la escala de Oviedo de Infrecuencia de Respuesta y el inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo. Los resultados de la prueba de *U* Mann Whitney y los análisis de regresión lineal mostraron mayores niveles de ira en los deportistas colectivos en: temperamento, expresión externa de la ira, expresión interna de la ira y el índice de expresión de ira. Los deportistas individuales obtuvieron mayor control externo de ira. Se concluyó que, los deportistas individuales presentan menores niveles de ira y mayor control externo de ira, que los colectivos; y no existen diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos, en función de los éxitos deportivos.

Palabras clave: emoción; enfado; enojo; deporte; rendimiento deportivo.

Abstract

The aims of this study were to analyse the differences in anger levels in single and collective sports, and to know if there are any differences in anger levels depending on international successes. The study was conducted in an accidental and cross sampling, in which 366 athletes from different sports were taken (32.78% individual sports and 67.21% collective sports). In order to measure the different variables were taken, an *ad hoc* Sociodemographic questionnaire, the Oviedo Scale of Infrequency Response and the State-Trait Anger Expression Inventory. The results of the *U* Mann Whitney test and linear regression showed higher anger levels in collective athletes in: temperament, external anger expression, internal anger expression and anger expression index, whereas, individual athletes had greater external control of anger. It was concluded that single athletes have lower anger levels and greater external anger control, than collective athletes. Furthermore, there are no differences in anger levels between the two distinct athlete's groups considering the rate of sporting success.

Keywords: Emotion; anger; mood; sport; sport performance.

Introducción

La influencia de la ira en el rendimiento deportivo y en otras variables relacionadas con el rendimiento ha sido ampliamente probada por la literatura científica de las últimas dos décadas (Davis, 2011; Davis, Woodman y Callow, 2010; González-García y Martinent, 2020; Parrott, 2001; Tamir, Mitchell y Gross, 2008). La ira es una emoción que se caracteriza por sentimientos de enfado o enojo de intensidad variable (Deffenbacher y McKay, 2000; González-García, Pelegrín y Almagro, 2019; Spielberg, 1999). Esta emoción presenta un carácter adaptativo, ya que aumenta la activación, facilita y potencia el ataque (Deffenbacher y McKay, 2000; Lench, 2004). La forma de expresar la ira, la intensidad de esta vivencia y los desencadenantes de esta emoción, son aprendidos desde la infancia (Deffenbacher y McKay, 2000). Por otra parte, siguiendo a Pelegrín, Serpa y Rosado (2013), la inestabilidad emocional, la intolerancia, falta de habilidades sociales, la hostilidad, la inseguridad y la falta de confianza son las variables más influyentes en el comportamiento agresivo.

La relación de la ira con el rendimiento deportivo se entiende porque la ira puede aumentar o disminuir el rendimiento deportivo, según la tipología del deporte (Davis et al., 2010; González-García, Pelegrín y Trinidad, 2019; Hanin, 2007; Martinent y Ferrand, 2009; Robazza y Bortoli, 2007; Ruiz y Yuri, 2011). En este sentido, los deportes en los que la ira puede actuar de facilitador del rendimiento deportivo son: tareas de fuerza, deportes de colisión y en deportes con menor componente técnico (Davis et al., 2010; Hanin, 2007; Martinent y Ferrand, 2009; Oliva-Mendoza, Calleja y Hernández-Pozo, 2010; Robazza y Bortoli, 2007; Ruiz y Yuri, 2011). Por otro lado, en los deportes más técnicos, en los que un exceso de activación puede dificultar la coordinación, son aquellos en los que la ira puede actuar como depresor del rendimiento deportivo, siempre y cuando el deportista sienta que no puede controlar ese exceso de activación que produce la ira (Davis et al., 2010; Hanin, 2007; González-García et al., 2019; González-García y Martinent, 2020; Hanton, Jones y Mullen, 2000; Martinent, Campo y Ferrand, 2011; Martinent y Ferrand, 2009; Robazza y Bortoli, 2007; Ruiz y Yuri, 2011; Sofia y Cruz, 2016). Por otra parte, en un trabajo previo de Menéndez-Santurio y Fernández-Río (2015), se encontró que los deportistas de contacto que competían a nivel internacional revelaron niveles más bajos de ira que los que practicaban deporte de manera regular y los no practicantes. Igualmente, González-García et al. (2019) encontraron resultados similares en los deportistas que competían en ligas superiores en jugadores de tenis de mesa. Por lo tanto, la ira es un factor que puede jugar un papel importante entre los deportistas de mayor y menor nivel.

Además, hay trabajos de investigación que han mostrado que las características de personalidad y las emociones, pueden ayudar al control de la ira en competición, como la autoconfianza, la autoeficacia, la excitación y la felicidad (Cantón y Checa, 2012; Mowlaie, Besharat, Pourbohloul y Azizi, 2011; Robyn, Robyn y Robert, 2010). En este sentido, siguiendo a Cantón y Checa (2012) y Mowlaie et al. (2011), demostraron que la autoconfianza y la autoeficacia, pueden ayudar al control de la ira durante la competición, ya que la autoconfianza ha mostrado una correlación negativa significativa con la ira y una correlación significativa positiva con el rendimiento deportivo. En esta línea, la excitación y la felicidad también han demostrado que están relacionadas con la concentración, al contrario que la ansiedad, el desánimo y la ira (Robyn et al., 2010). Las emociones positivas conducen a una mayor automatización de movimientos, mayor concentración y mayor rendimiento. Al contrario, la ira mejora la fuerza máxima en los deportistas más extrovertidos, pero la felicidad no influyó en los resultados de fuerza. Por lo tanto, en las tareas de fuerza la extroversión es un moderador en la relación ira y rendimiento (Davis et al., 2010). Además, el estudio de la metaemoción en el deporte, considerado como el conocimiento que tengo sobre mis propias emociones (Lane, Beedie, Devonport y Stanley, 2011), también ha mostrado influencias sobre los niveles de ira de los deportistas. De manera que Lane et al. (2011) mostraron que los deportistas que creían que la ansiedad o la ira eran buenas para el rendimiento, obtuvieron mayores niveles de ira, pero no de ansiedad, antes de la competición. También mostraron poseer más estrategias para aumentar las emociones desagradables. Por lo tanto, la capacidad de generar emociones por parte de los deportistas también influye en los niveles de ira durante la competición. En otro trabajo de investigación de Stanger, Kavussanu, McIntyre y Ring (2016), en el que se examinó la influencia de la empatía como inhibidor de la agresión y como mediaba la empatía otras variables

relacionadas con la agresión, se encontró que la empatía no influyó en la ira, debido a que la tarea experimental inducía a los sujetos a percibir la agresión como intencionada hacia ellos. Por lo tanto, la manifestación de estos niveles de ira va asociada al componente adaptativo al medio que presenta esta emoción. Por otra parte, la empatía sí que mostró reducción de los niveles de agresión.

Por otra parte, los estudios que relacionan la ira con las estrategias de afrontamiento encontraron que los atletas que lograron mejores resultados en el control de la ira tuvieron mejor uso de las estrategias de afrontamiento frente a los problemas (Bolgar, Janelle y Giacobbi, 2008). Por ello, las diferencias individuales en el control de la ira modifican los mecanismos de afrontamiento cognitivos y conductuales en las situaciones estresantes (Bolgar et al., 2008).

Por otro lado, los estudios que examinan la relación entre la ira y el tipo de práctica deportiva encontraron que existen mayores niveles de ira en los deportes colectivos que en los individuales (Baron y Richardson, 1994; Pelegrín et al., 2013). Además, en otro trabajo de investigación de Ceylan, Akcakoyun y Mutlu (2015), se mostró que los practicantes de deportes extremos presentan menores niveles de ira rasgo que los no practicantes de estos deportes. Por otra parte, en un estudio que analiza la influencia de los niveles de ira sobre la elección deportiva, encontraron que los deportistas con mayor ira fueron tendentes a elegir más el rugby que los deportes de contacto e individuales (Maxwell, Visek y Moores, 2009).

Finalmente, la ira se muestra como una variable susceptible de diferenciar a los deportistas de mayor nivel de los de menor nivel, ya que la literatura anterior muestra la influencia de esta variable sobre el rendimiento deportivo. Además, como novedad de este trabajo se pretende mostrar aquellos deportes en los que existen unos mayores niveles de ira, puesto que puede ser una clave de cara a afectar a la elección deportiva en los inicios. Es decir, es importante conocer cuáles son los deportes en los que existen perfiles con mayores niveles de ira de cara a poder entender las características personales del deportista y cómo se pueden ajustar las mismas a la práctica de cada deporte. Por ello, los objetivos de este trabajo de investigación fueron: analizar las diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos; y conocer si existen diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos en función de los éxitos internacionales.

Método

Participantes

El diseño del estudio consistió en un trabajo transversal con un muestreo incidental, tratando de que participaran el máximo número posible de deportistas. En este sentido, la muestra estuvo formada por 366 participantes de diferentes modalidades deportivas (67.21% deportes colectivos y 32.78% deportes individuales). Del total de sujetos, 101 son mujeres (27.6%) y 265 son hombres (72.4%), con una edad comprendida entre los 18 años y los 64 años (*Medad*=27.93; *DT*=9.33). Del total de la muestra, el 7.9% tiene éxitos internacionales, el 28.7 tiene éxitos nacionales, el 50.8% tiene éxitos regionales y el 51.4% tiene éxitos a nivel local. En cuanto al nivel de competición, el 10.1% competía a nivel internacional, el 36.1% competía a nivel nacional, el 50.3% competía a nivel regional y el 42.1% competía a nivel local. La mayoría de deportistas practicaban: ciclismo (*n* = 40; 10.9%), running (*n* = 39; 10.7%), tenis de mesa (*n* = 35; 9.6%), fútbol (*n* = 34; 9.3%) y otros deportes (*n* = 277; 75.68%).

Como criterio de inclusión de la muestra, se seleccionó a aquellos participantes que practicaban deporte que fueran mayores de 18 años, para conocer los niveles de ira en deportistas ya formados. Por otra parte, se excluyó de su participación en el estudio a aquellas personas que no practicaban deporte o no cumplían con el requisito de edad.

Variables e instrumentos

Tipo de Deporte y Éxitos Deportivos. Para evaluarlos se elaboró un Cuestionario Sociodemográfico *ad hoc*. Los 15 ítems valoraron aspectos relacionados con variables sociodeportivas (deporte, éxitos deportivos, profesional o amateur, etc.). Entre ellas se incluyeron preguntas dicotómicas: e.g., “*Género*” (masculino/femenino), “¿*Compites a nivel*

internacional?” (Sí/No), “¿Has conseguido éxitos a nivel internacional” (Sí/No); politómicas: e.g., “¿Qué deporte practicas principalmente?” (atletismo, baloncesto, tenis, tenis de mesa, bádminton, pádel, natación, vela, rugby, voleibol, etc.); y numéricas: e.g., “Edad”, “Estatura”.

Aquiescencia y participantes deshonestos. La escala de Oviedo de infrecuencia de respuesta (INF-OV, Fonseca-Pedrero, Lemos-Giráldez, Paino, Villazón-García y Muñiz, 2009), es una medida de autoinforme que está compuesta por 12 ítems que consta de una escala Likert con 5 posibilidades (1 = “Completamente en desacuerdo”; 5 = “Completamente de acuerdo”). Esta escala se utilizó para eliminar a los participantes que contestaron de manera deshonesto. De este modo, los participantes con más de 3 respuestas incorrectas en la escala fueron retirados de la muestra. En este caso, se eliminaron 25 participantes que no habían contestado de forma honesta.

Ira. Para la medición de la Ira se utilizó el Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo STAXI-2 (Spielberger, Miguel-Tobal, Casado y Cano-Vindel, 2001). Se compone de seis escalas (Estado de Ira, Rasgo de Ira, Expresión Externa de Ira, Expresión Interna de Ira, Control Externo de Ira y Control Interno de Ira), cinco subescalas (Sentimiento, Expresión Verbal, Expresión Física, Temperamento de Ira y Reacción de Ira) y de un Índice de Expresión de la Ira (IEI) que ofrece una medida general de la expresión y control de la ira. La adaptación española del STAXI-2 tiene índices de fiabilidad y validez adecuados. En concreto, la escala de Ira Rasgo obtuvo una correlación test-retest a los dos meses de .71 y un coeficiente alfa de Cronbach de .82 lo que indica niveles apropiados de fiabilidad de estabilidad temporal y de consistencia interna, respectivamente (Spielberger et al., 2001). Además, en este trabajo se analizó el alfa de Cronbach de la escala de ira rasgo, que fue la que se usó en el estudio, obteniéndose un índice de .74 para la escala en su totalidad. En cuanto al resto de sub-escalas, se obtuvieron los siguientes alfa de Cronbach: temperamento ($\alpha = .83$), reacción ($\alpha = .70$), Expresión Externa ($\alpha = .60$), Expresión Interna ($\alpha = .71$), Control Externo de Ira ($\alpha = .81$) y Control Interno de Ira ($\alpha = .80$).

Procedimiento

En primer lugar, el estudio fue aprobado por el comité ético de la Universidad Miguel Hernández de Elche (Número de Referencia 354/2015). Además, el trabajo cumplió con las normas éticas internacionales. Para realizar la toma de muestra, se contactó a través de internet con las federaciones deportivas españolas y de manera presencial con entrenadores y deportistas. De esta forma, los participantes que se prestaban a participar contactaban a través del email con los investigadores, y una vez aseguraban su interés en participar, recibían el enlace al cuestionario de investigación. Por otro lado, cuando se contactaba con entrenadores y deportistas a nivel presencial, los deportistas daban su email a los investigadores para recibir las instrucciones y el cuestionario de investigación en su correo electrónico. Una vez que los deportistas completaban el cuestionario, los datos se alojaban en la aplicación “Google Forms”.

Análisis de Datos

El análisis de datos se llevó a cabo mediante el programa SPSS 19.0. Se realizaron los estadísticos descriptivos de media, muestra, frecuencias, porcentajes y desviación típica, para conocer las características de la muestra. Para verificar que la muestra seguía una distribución normal, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov y se encontró que la muestra no seguía una distribución normal ($p < .05$); por lo tanto, se utilizaron pruebas no paramétricas. La prueba *U* de Mann Whitney para muestras independientes, se utilizó para conocer las diferencias de medias cuando las variables eran cuantitativas. La regresión lineal, se empleó con la finalidad de estimar el valor predictivo de la ira y sus variables sobre el deporte individual y colectivo. Se utilizó un nivel de confianza del 95% en la aplicación de las pruebas estadísticas. La *r* de Rosenthal (Rosenthal, 1991), se utilizó para analizar el tamaño del efecto y así conocer la magnitud de las diferencias encontradas en la prueba *U* de Mann Whitney. Se clasificaron los resultados del tamaño del efecto, de la siguiente forma: $r = .05$ (no hay efecto), $r = .2$ (efecto pequeño), $r = .33$ (efecto intermedio), $r = .45$ (efecto grande) (Cohen, 1988).

Resultados

En la Tabla 1, para conocer las diferencias de medias en las variables de ira se realizó una prueba *U de Mann-Whitney* para muestras independientes, en la que se dividió a la muestra en dos grupos: deportes individuales (DI; $n=246$) y deportes colectivos (DC; $n=120$) (Tabla 1). Los resultados mostraron diferencias significativas y un tamaño del efecto pequeño, en temperamento ($p<.05$), expresión externa de la ira ($p<.01$), expresión interna ira ($p<.01$) y en el índice de expresión de ira ($p<.01$), en favor de los deportistas individuales que obtuvieron menores niveles. Por otro lado, los deportistas individuales mostraron mayores niveles de control externo de ira ($p<.05$).

Tabla 1. Variables de Ira, Deporte Individual y Colectivo.

| Variables de Ira | DI ($n=246$) M (DT) | DC ($n=120$) M (DT) | Z (p) | r de Rosenthal |
|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------|-------------------|
| Ira Rasgo | 21.67 (5.24) | 22.44 (4.83) | -1.43 (.15) | |
| Temperamento | 8.39 (3.07) | 9.04 (3.06) | -2.14 (.032)* | .11 |
| Reacción de Ira | 13.28 (3.31) | 13.40 (2.89) | -.23 (.814) | |
| Expresión Externa Ira | 11.21 (2.80) | 12.10 (3.05) | -2.62 (.009)** | .13 |
| Expresión Interna Ira | 13.35 (3.55) | 14.40 (3.53) | -2.60 (.009)** | .13 |
| Control Externo Ira | 19.89 (3.31) | 19 (3.42) | -2.39 (.016)* | .12 |
| Control Interno Ira | 16.51 (3.99) | 15.98 (3.90) | -1.36 (.172) | |
| Índice Expresión de Ira | 24.16 (8.73) | 27.53 (7.65) | -3.64 (.0001)** | .18 |

Nota. DI = Deporte Individual; DC = Deporte Colectivo.

* $p<.05$; ** $p<.01$

En la Tabla 2, para conocer el valor predictivo de cada una de las variables estadísticamente significativas en la prueba *U de Mann-Whitney*, que en este caso fueron temperamento, expresión externa de ira, expresión interna de ira, control externo de ira e índice de expresión de ira, se realizó una regresión lineal. El modelo predictivo ha resultado significativo ($F=2502.73$; $p<.01$). Además, la capacidad predictiva del modelo resultó muy elevada ($R^2=.887$) (Tabla 2). Los resultados mostraron, que el control externo de ira y el índice de expresión de ira, se asociaron con el deporte colectivo.

Tabla 2. Regresión lineal para predecir el valor del temperamento, expresión externa de ira, expresión interna de ira, control externo de ira e índice de expresión de ira, sobre el tipo de deporte.

| Variables | B | Error típ. | Beta | t | P |
|----------------------------|-----|------------|------|------|--------|
| Temperamento | .01 | .01 | .04 | .64 | .51 |
| Control Externo de ira | .03 | .00 | .49 | 7.07 | .000** |
| Expresión Externa de ira | .01 | .01 | .08 | .74 | .46 |
| Expresión Interna de Ira | .00 | .01 | .01 | .056 | .95 |
| Índice de Expresión de ira | .02 | .01 | .35 | 3.44 | .001** |

Nota. * $p<.05$; ** $p<.01$

En la Tabla 3, para conocer las diferencias de medias en las variables de ira se realizó una prueba *U de Mann-Whitney* para muestras independientes, en la que se dividió a la muestra en dos grupos: deportistas individuales con éxitos internacionales (DIC; $n=19$) y deportistas individuales sin éxitos internacionales (DIS; $n=227$) (Tabla 3). Los resultados no mostraron diferencias significativas en ninguna de las variables de ira.

En la Tabla 4, para conocer las diferencias de medias en las variables de ira se realizó una prueba no paramétrica para muestras independientes, en la que se dividió a la muestra en dos grupos: deportistas colectivos con éxitos internacionales (DCE; $n=10$) y deportistas colectivos sin éxitos internacionales (DCS; $n=110$) (Tabla 4). Los resultados no mostraron diferencias significativas en ninguna de las variables de ira.

Tabla 3. Variables de Ira y Deportistas Individuales con éxitos internacionales.

| Variables de Ira | DIC (N=19) | DIS (N=227) | Z (p) |
|-------------------------|---------------|----------------|--------------|
| | M (DT) | M (DT) | |
| Ira Rasgo | 21.78 (4.22) | 21.66 (5.33) | -.28 (.774) |
| Temperamento | 8.31 (2.28) | 8.40 (3.13) | -.24 (.810) |
| Reacción de Ira | 13.47 (2.98) | 13.26 (3.34) | -.18 (.857) |
| Expresión Externa Ira | 11.52 (2.69) | 11.19 (2.81) | -.77 (.440) |
| Expresión Interna Ira | 13.42 (2.65) | 13.34 (3.62) | -.18 (.852) |
| Control Externo Ira | 18.94 (2.39) | 19.97 (3.37) | -1.73 (.083) |
| Control Interno Ira | 15.89 (4.25) | 16.56 (3.97) | -.50 (.614) |
| Índice Expresión de Ira | 26.10 (6.35) | 24 (8.89) | -1.34 (.178) |

Nota. DIC = Deportistas individuales con éxitos internacionales; DIS = Deportistas individuales sin éxitos internacionales.

* $p<.05$; ** $p<.01$.

Tabla 4. Variables de Ira y Deportistas Colectivos con éxitos internacionales.

| Variables de Ira | DCE (N=10) | DCS (N=110) | Z (p) |
|-------------------------|---------------|----------------|---------------|
| | M (DT) | M (DT) | |
| Ira Rasgo | 20.60 (3.09) | 22.60 (4.94) | -.599 (.549) |
| Temperamento | 7.80 (2.85) | 9.15 (3.06) | -.555 (.579) |
| Reacción de Ira | 12.80 (2.44) | 13.45 (2.93) | -.389 (.697) |
| Expresión Externa Ira | 10.30 (2.31) | 12.27 (3.07) | -.758 (.449) |
| Expresión Interna Ira | 13.90 (2.23) | 14.45 (3.63) | -.614 (.539) |
| Control Externo Ira | 19.10 (3.34) | 18.99 (3.44) | -.308 (.758) |
| Control Interno Ira | 16.70 (3.77) | 15.91 (3.92) | -.869 (.385) |
| Índice Expresión de Ira | 24.40 (5.75) | 27.81 (7.76) | -1.148 (.251) |

Nota. DCE = Deportistas colectivos con éxitos internacionales; DCS = Deportistas colectivos sin éxitos internacionales.

* $p<.05$; ** $p<.01$.

Discusión

Los objetivos de este trabajo de investigación fueron analizar las diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos; y conocer si existen diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos en función de los éxitos internacionales. En primer lugar, con el objetivo de analizar las diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos, los resultados mostraron mayores niveles de ira en los deportistas colectivos en: temperamento, expresión externa de la ira, expresión interna de la ira y el índice de expresión de ira, en favor de los deportistas individuales que obtuvieron menores niveles. Estos resultados confirman los estudios previos que encontraron mayores niveles de ira en los deportes colectivos que en los individuales (Baron y Richardson, 1994; Maxwell et al., 2009; Pelegrín et al., 2013). Las características del deporte colectivo pueden requerir de deportistas con mayores niveles de ira que en los deportes individuales (Maxwell et al., 2009; González-García y Martinent, 2020; González-García et al., 2019; Pelegrín et al., 2013). Por otro lado, los deportistas individuales obtuvieron mayor control externo de ira, ya que las

características del deporte individual pueden implicar la necesidad de un mayor dominio de las habilidades psicológicas (Davis et al., 2010; Godoy-Izquierdo, Vélez y Pradas, 2009; Hanin, 2007; Hanton et al., 2000; Martinent et al., 2011; Martinent y Ferrand, 2009; Robazza y Bortoli, 2007). En este caso, el control externo de la ira es esencial para poder rendir, en aquellas situaciones en las que el exceso de energía que provoca la ira puede llevar a un pobre rendimiento (Davis et al., 2010; Martinent y Ferrand, 2009; Robazza y Bortoli, 2007). Por ello, las características que presenta el deporte individual pueden favorecer el mayor control externo de la ira por parte de los deportistas.

Por otro lado, con el objetivo de conocer si existen diferencias en los niveles de ira en los deportes individuales y colectivos en función de los éxitos internacionales, los resultados no mostraron diferencias significativas en los niveles de ira, entre los deportistas con éxitos internacionales y los deportistas sin éxitos, tanto en los deportes individuales como en los colectivos. Estos resultados difieren de los de Menéndez-Santurio y Fernández-Río (2015) y González-García et al. (2019) que encontraron diferencias en los niveles de ira en los deportistas de combate amateur y profesionales. A su vez, las características del deporte pueden actuar como factor mediador (Baron y Richardson, 1994; Ceylan et al., 2015; González-García y Martinent, 2020; Maxwell et al., 2009; Pelegrín et al., 2013), para que existan diferencias en los niveles de ira de los deportistas de mayor y menor nivel. En este caso, los deportistas individuales y colectivos con éxitos internacionales no presentan diferencias en los niveles de ira con aquellos que han obtenido otros éxitos. Por lo tanto, no se encuentran diferencias en los niveles de ira en función de los éxitos deportivos en el grueso de deportistas individuales y colectivos de los que se compone la muestra.

Como línea de propuesta futura, sería interesante seguir ampliando el conocimiento de las diferencias en los niveles de ira en los distintos deportes y niveles de práctica deportiva. En este caso, sería interesante examinar los deportes en modalidades deportivas concretas. De esta forma, podrían pormenorizarse las diferencias en los niveles de ira, en función del nivel de rendimiento. Así, podría conocerse si la ira es un factor importante en los deportistas de alto rendimiento de cada modalidad deportiva. Además, sería interesante establecer comparativas de los niveles de ira entre deportes, y analizar que deportes disminuyen en mayor medida los niveles de ira estado, después de la realización de ejercicio físico.

Entre las limitaciones de este trabajo de investigación, destaca la dificultad de encontrar a un mayor número de deportistas con éxitos internacionales practicantes de deportes individuales y colectivos. Estas dificultades son principalmente, por el menor número de deportistas de este nivel de éxito y por la exigencia de las competiciones deportivas. No obstante, pese a la limitación de la dificultad de acceso a este tipo de muestra, el muestreo incidental empleado ha sido una fortaleza de cara a conseguir un mayor número de deportistas con éxitos internacionales. Otra limitación es, la agrupación adoptada en este estudio para realizar los análisis de la prueba *U* de Mann Whitney, ya que se dividió a la muestra en deportistas con éxitos a nivel internacional y deportistas sin éxitos a nivel internacional (éxitos locales, éxitos regionales y éxitos nacionales). Debido a esta clasificación, puede existir un escalón previo entre los éxitos a nivel nacional y los internacionales, y esto puede interferir en los resultados obtenidos en las diferencias en la ira. Sin embargo, se emplearon pruebas no paramétricas puesto que se examinó que la muestra no seguía una distribución normal y este hecho da soporte a los resultados obtenidos.

Las conclusiones que se obtuvieron en el presente trabajo de investigación son:

- Los deportistas de deportes colectivos presentan mayores niveles de temperamento, expresión externa de la ira, expresión interna de la ira y del índice de expresión de ira, que los deportistas individuales.
- Los deportistas de deportes individuales presentan mayor control externo de la ira que los deportistas de deportes colectivos.
- Los deportistas individuales y colectivos con éxitos internacionales no presentan diferencias en los niveles de ira, con el resto de deportistas que han obtenido otros éxitos (local, regional, nacional).

Referencias

- Baron, R. A. y Richardson, D. (1994). *Human aggression*. New York: Plenum Press.
- Bolgar, M. R., Janelle, C. y Giacobbi, P. R. (2008). Trait anger, appraisal and coping differences among adolescent tennis players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(1), 73-87.
- Cantón, E. y Checa, I. (2012). Los estados emocionales y su relación con las atribuciones y las expectativas de autoeficacia en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 171-176.
- Ceylan, M., Akcakoyun, F. y Mutlu, V. (2015). An examination of anger levels of the individuals doing extreme sport. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 17(1), 29-34. doi:10.15314/TJSE.2015112535
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Davis, P. A. (2011). *Angry Athletes: Psychological, Physiological, and Performance Implications*. New York: Nova Science Publishers Inc.
- Davis, P. A., Woodman, T. y Callow, N. (2010). Better out than in: the influence of anger regulation on physical performance. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 57-460. doi: 10.1016/j.paid.2010.04.017.
- Deffenbacher, J. L. y McKay, M. (2000). *Overcoming situational and general anger. A protocol for the treatment of anger based on relaxation, cognitive restructuring, and coping skills training*. Therapist protocol. Oakland: New Harbinger.
- Fonseca-Pedrero, E., Lemos-Giráldez, S., Paino, M., Villazón-García, U. y Muñiz, J. (2009). Validation of the Schizotypal Personality Questionnaire Brief form in adolescents. *Schizophrenia Research*, 111(1-3), 53-60.
- Godoy-Izquierdo, D., Vélez, M. y Pradas, F. (2009). Nivel de dominio de las habilidades psicológicas en jóvenes jugadores de tenis de mesa, bádminton y fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 7-22.
- González-García, H. y Martinet, G. (2020). Perceived anger profiles in table tennis players: Relationship with burnout and coping. *Psychology of Sport and Exercise*, 50, 101743. doi:10.1016/j.psychsport.2020.101743
- González-García, H., Pelegrín, A., y Almagro, L. (2019). Padres Autoritarios e Ira en Deportistas y Practicantes de Actividad Física. *Revista Acción Psicológica*, 16(2), 57-72. doi:10.5944/ap.16.2.24331
- González-García, H., Pelegrín, A., y Trinidad, A. (2019). Influencia de la ira en el nivel de competición, éxitos y deportistas profesionales. *Ansiedad y Estrés*, 25(2), 105-110. doi:10.1016/j.anyes.2019.08.003
- Hanin, Y. (2007). Emotions in sports: currents issues and perspectives. En G. Tenenbaum, y R. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp. 31-58). New Jersey: John Wiley y Sons.
- Hanton, S., Jones, G. y Mullen, R. (2000). Intensity and direction of competitive state anxiety as interpreted by rugby players and rifle shooters. *Perceptual and Motor Skills*, 90(2), 513-521.
- Lane, A. M., Beedie, C. J., Devonport, T. J. y Stanley, D. M. (2011). Instrumental emotion regulation in sport: relationships between beliefs about emotion and emotion regulation strategies used by athletes. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 21(6), 445-451.
- Lench, H. C. (2004). Anger management: Diagnostic differences and treatment implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(4), 512-531.
- Martinet, G., Campo, M. y Ferrand, C. (2011). A descriptive study of emotional process during competition: Nature, frequency, direction, duration and cooccurrence of discrete emotions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(2), 142-151. doi:10.1016/j.psychsport.2011.10.006
- Martinet, G. y Ferrand, C. (2009). A naturalistic qualitative study of the directional interpretation process of discrete emotions during high-stakes table tennis matches. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 318-336.
- Maxwell, J. P., Visek, A. J. y Moores, E. (2009). Anger and perceived legitimacy of aggression in male Hong Kong Chinese athletes: Effects of type of sport and level of competition. *Psychology Sport and Exercise*, 10(2), 289-296.
- Menéndez-Santurio, J. I. y Fernández-Río, J. (2015). Niveles de ira en practicantes de boxeo y kickboxing: diferencias en función de la disciplina y el nivel deportivo. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 15(3), 75-86.
- Mowlaie, M., Besharat, M. A., Pourbohloul, S. y Azizi, L. (2011). The Mediation Effects of Self-Confidence and Sport Self-Efficacy on the Relationship Between Dimensions of Anger and Anger Control with Sport Performance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 138-142. doi:10.1016/j.sbspro.2011.10.02
- Oliva-Mendoza, F., Calleja, N. y Hernández-Pozo, R. (2012). Escala de creencias sobre la ira en el deporte de combate con atletas mexicanos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 12(45), 110-121.
- Parrott, W. (2001). *Emotions in Social Psychology*. Psychology Press: Philadelphia.
- Pelegrín, A., Serpa, S. y Rosado, A. (2013). Aggressive and unsportsmanlike behaviours in competitive sports: an analysis of related personal and environmental variables. *Anales de Psicología*, 29(3), 701-713. doi:10.6018/analesps.29.3.175841.
- Robazza, C. y Bortoli, L. (2007). Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(6), 875-896.
- Robyn, L. V., Robyn, L. y Robert, P. (2010). Emotions in sport: Perceived effects on attention, concentration, and performance. *Australian Psychologist*, 45(2), 132-140. doi:10.1080/00050060903261538.
- Rosenthal, R. (1991). *Meta-analytic procedures for social research*. Newbury Park, CA: Sage.
- Ruiz, M. C. y Yuri, H. L. (2011). Perceived impact of anger on performance of skilled karate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(3), 242-249. doi:10.1016/j.psychsport.2011.01.005.
- Spielberger, C. D. (1999). *Professional manual for the State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2)*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Stanger, N., Kavussanu, M., McIntyre, D. y Ring, C. (2016). Empathy Inhibits Aggression in Competition: The Role of Provocation, Emotion, and Gender. *Journal of Sport y Exercise Psychology*, 38, 4-14. doi: 10.1123/jsep.2014-0332
- Sofia, R. y Cruz, J. F. A. (2016). Exploring Individual Differences in the Experience of Anger in Sport Competition: The Importance of Cognitive, Emotional, and Motivational Variables. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 350-366. doi:10.1080/10413200.2015.1121170
- Spielberger, C. D., Miguel-Tobal, J. J., Casado, M. I. y Cano-Vindel, A. (2001). *Inventario de Expresión de Ira Estado Rasgo 2-STAXI 2*. Madrid: TEA.
- Tamir, M., Mitchell, C. y Gross, J. J. (2008). Hedonic and Instrumental Motives in Anger Regulation. *Psychological Science*, 19(4), 324-328.